Pine Knoll Publications & Sabbath School Ministries
IV Trimestre de 2010
"Jesús lloro: La Biblia y las emociones humanas"

Lección 1
1º de Diciembre de 2011

Las emociones

Dr. Jonathan Gallagher

Textos bíblicos: 2 Samuel 13, Gálatas 5:22, Colosenses 3:12–14, Lucas 19:41–44, Juan 16:20–24.

Citas

- En la vida, la más pequeña de las cosas con sentido vale más que la más grande de las cosas sin sentido. *Carl Jung*
- Quien quiera ser cristiano, debe sacarse los ojos de la razón. *Martin Luther*.
- Ver es creer, pero sentir es estar seguro. *Thomas Fuller*
- Los credos religiosos estimulan algunos de los pensamientos, emociones y comportamientos más descabellados y propician serias manifestaciones de neurosis, trastornos límites de personalidad y, algunas veces, incluso psicosis. *Albert Ellis*
- La religión no es bonita. Es potencialmente peligrosa, porque implica una compleja serie de emociones, deseos, anhelos y temores. *Karen Armstrong*
- Los pensamientos son las sombras de nuestros sentimientos: siempre serán más oscuros, más vacíos y más simples. *Friedrich Nietzsche*
- Nuestros sentimientos deberían contraer matrimonio con nuestra fe y nuestras ideas. Esa es quizá la única manera de alcanzar cierto grado de armonía en la vida. *Napoleon Hill*
- Si guardas profundos sentimientos sobre algo que ocurrió en tu pasado, es posible que éstos estorben tu capacidad de vivir en el presente. *Les Brown*
- Nunca temas intentar algo nuevo. Recuerda, los aficionados construyeron el Arca. Los profesionales construyeron el Titanic. *Anónimo*.

Preguntas

¿Qué papel desempeñan las emociones en la forma como vivimos nuestras vidas? ¿Qué podemos decir acerca de las emociones en nuestra experiencia espiritual? Reconociendo que somos seres emotivos, que Dios nos hizo así, ¿Cómo evitamos caer en extremos? ¿Cómo podemos acentuar los aspectos positivos de nuestras emociones y controlar los aspectos negativos? ¿Qué piensa Dios todo esto? y ¿cómo encaja todo esto en los aspectos que tienen que ver con la gran controversia que se lleva a cabo en el universo?

© Recursos Escuela Sabática

Resumen bíblico

Las terribles consecuencias del desenfreno emocional se encuentran registradas en el relato de la violación que sufrió Tamar por parte de su medio hermano Amnón. La historia que se registra en 2 de Samuel 13 nos narra sin tapujos los hechos y podemos observar en ella el extremo de una lujuria incontrolada que rápidamente de transformó en un odio rotundo. Es fácil encontrar la "moraleja" de la historia. Al final de la lista de los frutos del Espíritu, en Gálatas 5:22, se encuentra el dominio propio. Eso incluye no permitir que nuestras emociones se extralimiten, ¡pero tampoco niega su existencia!

El llanto de Jesús sobre Jerusalén que se registra en Lucas 19:41-44 nos muestra que el mismo Jesús no intentó contener sus intensas emociones, en este caso, su profundo pesar por las personas que no lo aceptarían. En Juan 16:20-24 Jesús hace una comparación de los cambios emocionales que sus discípulos experimentarían —de la tristeza al gozo—por el nacimiento de un niño. Reconociendo que vendrán momentos de profundo pesar, Jesús mantiene la promesa de un gozo inefable.

Comentario

Muy a menudo, especialmente en nuestro "mundo moderno" los sentimientos son los elementos determinantes de la fe. Lo importante es lo que sientes, argumentan los evangelistas contemporáneos. Si se siente bien, debe ser bueno. Confía en tus sentimientos, déjate guiar por ellos.

De modo que cuanta mayor cantidad de sentimientos experimentemos, tanto mejor será, o al menos eso es lo que sugieren sus defensores. El resultado es una "religión sensacional" en todo el sentido de la palabra. Sensacional en el sentido de que despierta las sensaciones y está basado en ellas, y la religión se vuelve cada vez más un entretenimiento. Sensacional en el sentido de que lo espectacular y lo emocionante es la norma y se minimiza la contemplación y la reflexión profunda acerca de la verdad.

La frase de moda es "Sólo cree", pero cuando surge la pregunta "¿Creer qué?", la única respuesta que encontramos es "Sólo cree." Porque lo único que cuenta es cómo te *sientes*, y el contenido de la fe es secundario, e incluso irrelevante.

Sin tratar de negar nuestra experiencia emocional, ¿cómo manejamos nuestras emociones en la vida espiritual? Necesitamos aceptar ese componente emocional sin convertirlo en algo determinante en nuestra relación con Dios. Porque incluso cuando nos sentimos "desanimados," Dios aún está allí, y tal vez mucho más en tales momentos.

Tristemente, muchos se han ido de un extremo al otro. Al considerar el peligro de los sentimientos, la espiritualidad se ha vuelto fría y formal. Pero en toda relación –especialmente en nuestra relación con Dios—los sentimientos importan…

¿Acaso se supone que debemos dudar de nuestros sentimientos o negarlos? Tenemos miedo de ellos, y los ocultamos. Se nos dice que no confiemos en nuestras emociones. Se nos enseña a ocultar nuestras lágrimas: "La gente va a decir que eres un bebé llorón". Se nos ha enseñado a no mostrar amistad: "Te van a herir". Se nos ha enseñado a no mostrar alegría: "La emotividad es una trampa". Sin embargo, no podemos evitar seguir sintiendo, sentimos solo lo que debemos sentir e ignoramos todo lo demás.

© Recursos Escuela Sabática

Pasamos los días viviendo en una sequedad que nos ahoga, “no andando en nuestros propios deleites”, aprendiendo a no sentir, hasta que nos convertimos en seres insensibles. Es mejor ser sensato que ser sensible, es mejor ser impresionante que ser impresionable, es mejor ser suspicaz que ser susceptible. En el fondo de este adormecimiento de los sentidos, se encuentra el resultado final de una reacción en contra de la sensualidad, porque en nuestras mentes el pecado está a menudo asociado al amor lascivo del placer por el simple placer. Tememos tanto a la intensidad de nuestros sentimientos que los ignoramos, por temor a ser arrastrados hacia un pantano de “placer carnal” o cualquier cosa que se le parezca.

A pesar de nuestros propios esfuerzos por evitar caer en excesos sensuales, eso no quiere decir que Dios quiera que nos convirtamos en mártires insensibles por causa de una insensibilidad justa. Él nos diseñó para experimentar una amplia variedad de sensaciones, nos hizo para sentir; ¿acaso vamos a negar los dones de Dios y echarlos a la basura? ¿Podemos realmente vivir sin sentir? “La búsqueda del placer” solo es mala si nuestros sentidos son los que están al control, si ellos son lo más importante. Lo que está mal es ser esclavos de la sensualidad, pero no los sentidos en sí mismos. La decisión importante consiste en lo que hacemos con lo que sentimos, en la forma como manejamos nuestros sentimientos, ya sea buena o mala.

¿Qué hacer entonces? Conociendo los peligros de ambos extremos, ¿cuál es el mejor? Si nos quedamos con miedo de sentir algo, seguiremos atrapados. Pero si escuchamos con nuestros oídos –y con todos los demás sentidos– nos estaremos abriendo a la mágica experiencia de escuchar la voz de Dios.

Porque sentimos, vemos y escuchamos. En lugar de suprimir nuestro asombro, deberíamos procurarlo más. Está allí, cerca de nosotros, esperando que lo experimentemos y gocemos de él. No estamos hablando de correr tras un placer efímero que se desvanece y muere, ni de una excitación momentánea y egoísta, sino de los sentimientos de la vida que se disfrutan con los sentidos y la sensación de todo lo que Dios ha hecho. “Si pudiéramos ver con precisión todo lo que es común en la vida humana, sería como escuchar el sonido de la hierba al crecer o los latidos del corazón de la ardilla, y moriríamos del rugido, que es la otra cara del silencio”. [1].

Dios nos creó para disfrutar de todas las cosas de este mundo, y para que conviniéramos con él en que era “bueno en gran manera.” Cuando menospreciamos nuestros sentidos, desairamos a Dios y nos privamos de muchos de sus milagros: “Ver, oír, sentir, esos son milagros, y cada parte, cada pequeña parte de mí, es un milagro”. [2]

Por encima de todo, lo que Dios procura es el pensamiento y la reflexión, la verdadera meditación en quien Él es y cómo actúa. La naturaleza y el carácter de Dios están en el corazón de la fe inteligente, y este Dios que es conocido, amado y apreciado, se relaciona con nosotros, tanto colectiva como individualmente. De modo que no puede haber fe ciega, ni culto insensato, ni confianza plena en nuestros sentimientos, que puedan guiarnos a la verdad. Pero tampoco podemos ignorar lo que sentimos, ni la manera como nuestras emociones nos afectan y cómo nos transforman para bien o para mal. ¡La mayoría de nosotros no podemos negar ese componente emocional que hace parte de la maravillosa experiencia de experimentar a Dios!

---

[1] George Eliot, *Middlemarch*
[2] Walt Whitman, *Song of Myself*

© Recursos Escuela Sabática

Comentarios de Elena G. de White

- “Tengo miedo de cualquier cosa que tenga la tendencia de desviar la mente de las sólidas evidencias de la verdad como ésta se revela en la Palabra de Dios. Lo temo; lo temo. Debemos colocar nuestras mentes dentro de los límites de la razón, para que el enemigo no entre de tal manera que introduzca el desorden en todas las cosas. Hay personas de temperamento excitable que son inducidas fácilmente al fanatismo; y si permitiéramos que entre en nuestras iglesias cualquier cosa que conduzca a tales personas al error, pronto veríamos estos errores llevados a grandes extremos; y entonces, debido a la conducta de estos elementos desordenados, descansaría una afrenta sobre todo el cuerpo de los Adventistas del Séptimo Día”. [*Mensajes selectos*, tomo 3, pp. 425, 426].

- “Para algunos los ejercicios religiosos significan muy poco más que pasar unos momentos agradables. Cuando sus sentimientos se agitan, piensan que han sido abundantemente bendecidos. Algunos suponen que no son bendecidos, a menos que experimenten agitación y excitación. El objetivo que buscan es la intoxicación producida por la excitación, y si no la consiguen, creen que ellos están equivocados o que algún otro está errado”.

  “La gente no debería ser enseñada a pensar que la religión de orden emocional, que bordea con el fanatismo, es la única religión pura. La influencia de tal religión induce a esperar que el ministro utilice toda su energía nerviosa en la predicación del Evangelio. Debe hacer salir con abundancia la poderosa corriente del agua viva. Debe producir chorros estimulantes que sean aceptables para el apetito humano. Hay quienes piensan que pueden ser descuidados y desatentos, a menos que se estimulen sus emociones menguantes [*Mensajes selectos*, tomo 2, p. 23]

- “Que el pueblo de Dios obre de tal manera que el mundo vea que los adventistas constituyen un pueblo inteligente y reflexivo, cuya fe se basa sobre un fundamento más firme que el que proporciona la locura de la confusión. La gente está hambrienta del pan de vida. No le ofrezcáis una piedra” [*Mensajes selectos*, tomo 2, p. 27].

- “Él [Satanás] os animará a pensar que vuestros sentimientos y fantasías son hechos, que Dios es un duro maestro, y os conducirá, por vuestra actitud de desánimo, a desfigurar el carácter de Dios...” [*Review & Herald*, 28 de Mayo de 1889].



Dr. Jonathan Gallagher

Traducción: *Shelly Barrios De Ávila* ©
RECURSOS ESCUELA SABATICA

RECURSOS ESCUELA SABATICA
http://ar.groups.yahoo.com/group/Comentarios_EscuelaSabatica
http://groups.google.com.ar/group/escuela-sabatica?hl=es
Suscríbase para recibir gratuitamente recursos para la Escuela Sabática

© Recursos Escuela Sabática